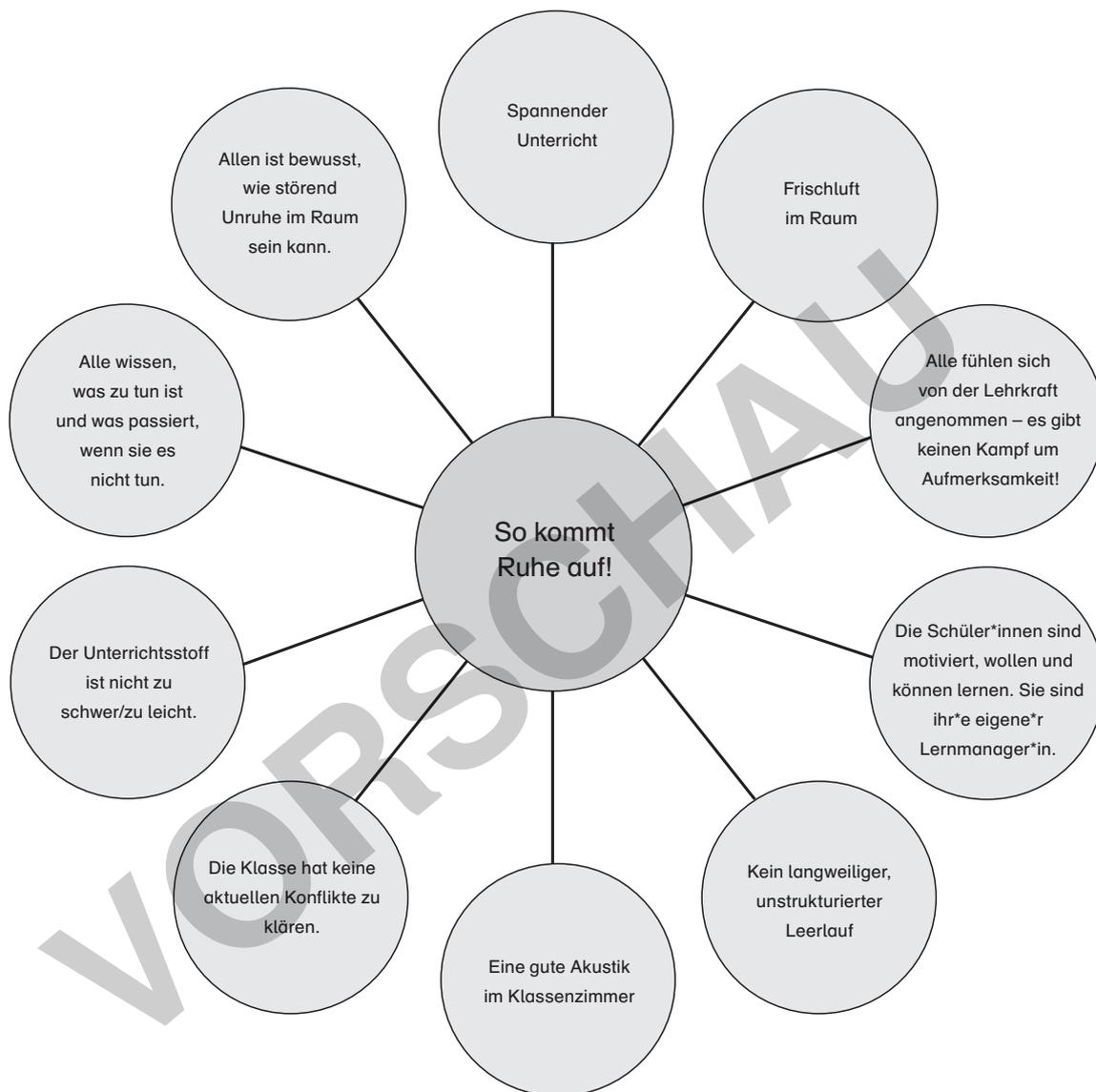


Überblick: Faktoren für Ruhe im Klassenzimmer

Es gibt viele Gründe für Unruhe im Klassenzimmer – zum Beispiel: keine Regeln oder keine konsequente Einhaltung von Regeln, Leerlaufphasen ohne konkrete Arbeitsaufträge oder schlicht und einfach langweiliger Unterricht. Im Folgenden finden Sie einen Überblick über entscheidende Faktoren, die Ruhe ins Klassenzimmer bringen:

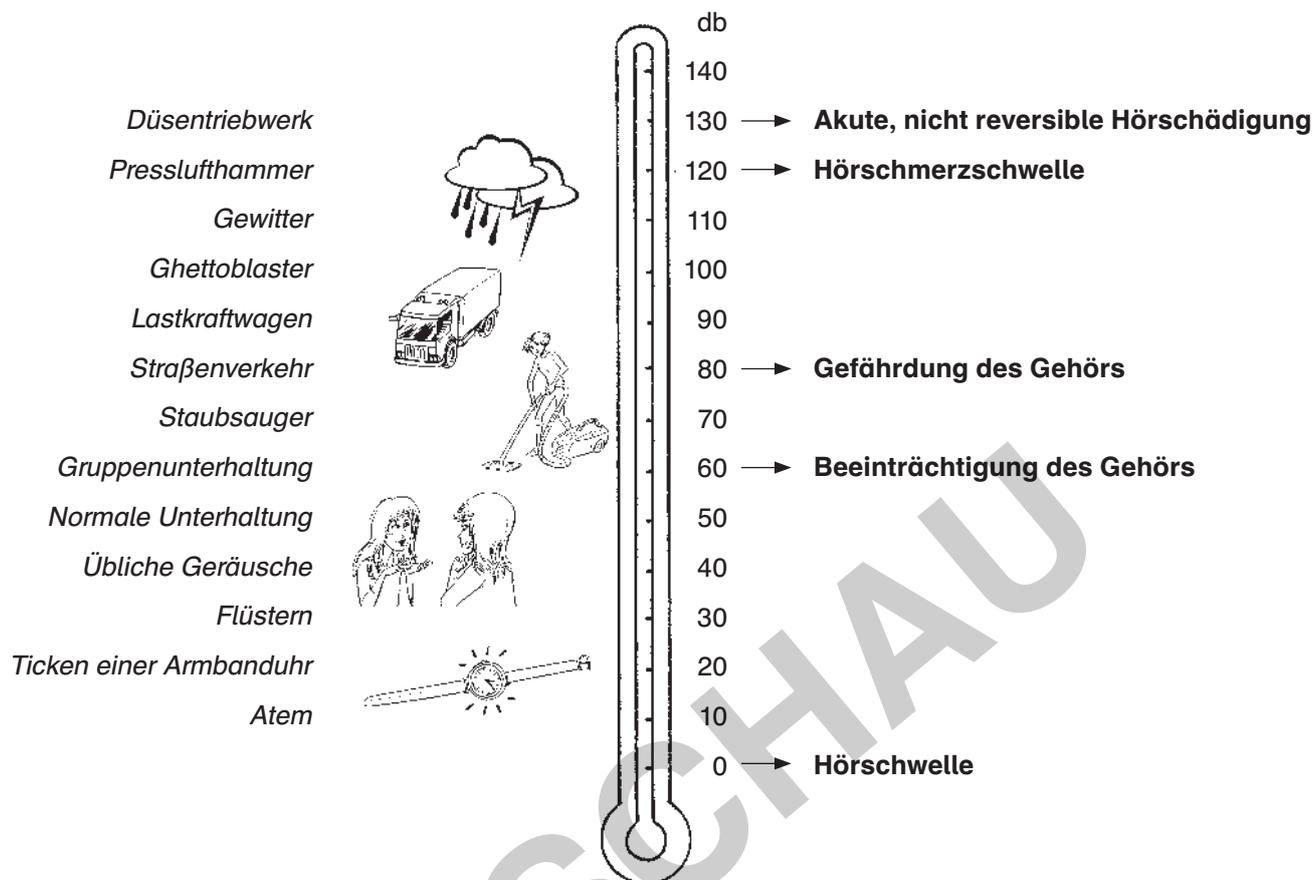


Zum Thema Lärm

Lärm wird zwar von jedem Menschen unterschiedlich (schlimm) wahrgenommen, Fakt ist jedoch: Lärm macht auf Dauer krank. Ab einem Dauerschallpegel von 60 Dezibel treten Stressreaktionen im Schlaf auf, ab 80 Dezibel kann die Gesundheit leiden. Die Schmerzgrenze liegt bei 120 Dezibel, dann hält sich ein Mensch automatisch die Ohren zu. Lärmeinwirkung von 130 Dezibel verursacht in Sekunden irreparable Schäden.

Einführung

Wie laut sind aber beispielsweise 10 Dezibel? Hierbei hilft folgendes Diagramm¹:



Bemerkenswert an dieser Stelle: In der Top Ten der lautesten Berufe liegt der Lehrer*innenberuf mit durchschnittlich 85 Dezibel auf Platz acht.² Lauter geht es nur bei Zahnarzt*Zahnärztin, Orchestermusiker*in, in der Brauerei, bei der Arbeit mit landwirtschaftlichen Maschinen, in der Bar, beim Straßenbau und im Bereich der Flugzeugabfertigung (140 Dezibel) zu.

Wichtig: Wenn es laut ist, sind nicht nur Sie der Lärmbelastung eines Lastkraftwagens (85–90 Dezibel) ausgesetzt, sondern auch Ihre Klasse. Versucht ihr ständig, diesen Laster zu übertönen, entsteht Stress und zusätzlich noch mehr Lärm.

Der nach Étienne Lombard genannte *Lombard-Effekt* entsteht im Klassenzimmer, wenn Geräusche aus anderen Unterhaltungen, Gruppenarbeiten oder von außen als Störgeräusche wahrgenommen werden – und Personen im Raum versuchen, die Geräusche zu übertönen, um besser verstanden zu werden. Somit entsteht eine nach oben offene Lärmspirale, bei der jede*r versucht, die anderen zu übertönen.

¹ Vgl. Sabine Reichel: Endlich Ruhe im Klassenzimmer, S. 4 © Auer Verlag

² Vgl. Bundesverband der Hörgeräte-Industrie e.V.:

<https://www.ihr-hoergeraet.de/zum-tag-der-arbeit-die-lautesten-berufe>

Streitschlichtung

Viel Unruhe im Pausenhof, auf den Gängen oder im Klassenzimmer entsteht durch Konflikte im zwischenmenschlichen Bereich. In der Pubertät entwickeln viele Jugendliche erst nach und nach einen Umgang mit Konflikten. Hierbei muss die Lehrkraft häufig schlichten. Wenn aber die Schule ein Streitschlichtungssystem hat, übernehmen speziell ausgebildete Schüler*innen die Streitschlichtung. Die Ausbildung beschäftigt sich mit Kommunikation, Ursachen von Konflikten und dem Aushalten von verschiedenen Meinungen. Die Erfahrung zeigt: Streitschlichter*innen erlernen nicht nur die systematische Schlichtung eines Streits, sie können auch selbst besser mit Konflikten im eigenen Umfeld umgehen. Die Streitschlichter*innen haben einen festen Raum, der während der Pausen stets besetzt ist. Wer einen Konflikt hat, kann zu ihnen kommen. Alternativ können die Streitschlichter*innen sogar – etwa mit gelben Westen zur besseren Erkennbarkeit – im Pausenhof präsent sein – so fällt ein Ansprechen noch leichter. Wichtig ist hierbei, alle Parteien erst einmal an einen Tisch zu bekommen. Sollte dies aus der Situation heraus nicht möglich sein, kann auch ein späterer Termin vereinbart werden. Die Streitschlichtung hat Vorrang, so sollten auch Lehrkräfte informiert werden, falls eine*r der Beteiligten später zum Unterricht kommen wird.

Die eigentliche Schlichtung findet in drei Phasen statt (siehe Kopiervorlage). Dazu existieren verschiedene Ablaufschemata, die den Schüler*innen einen guten Plan an die Hand geben.

- Zunächst werden die Regeln für die Schlichtung erklärt (siehe Kopiervorlage). Sie beruht auf Freiwilligkeit und es gelten die üblichen Gesprächs- und Schul-

regeln. Die Streitschlichter*innen unterliegen der Schweigepflicht, es wird nichts aus dem Konflikt an Dritte weitererzählt – dies gilt natürlich auch für die Streitenden.

- Phase 1: Als Streitschlichter*in ist es wichtig, sich zunächst alle Standpunkte zu dem Konflikt anzuhören und dabei möglichst neutral zu bleiben. Hier werden auch die vorherrschenden Gefühle der einzelnen Konfliktparteien beleuchtet. Alle sind bei der Schlichtung gleichberechtigt und kommen gleich lang zu Wort (hilfreich: Stoppuhr oder Zeitwächter*in). Neutralität gilt als oberstes Gebot: Ist der*die Streitschlichter*in mit einem der Streithähne eng befreundet, sollte jemand anderes den Konflikt schlichten. Unklarheiten, die bei der Schilderung des Konflikts aufkommen, werden danach von den Streitschlichter*innen durch Nachfragen abgeklärt.
- Phase 2: Dann beginnt die Suche nach möglichen Lösungen des Konflikts. Dabei werden verschiedene (auch gerne mal völlig absurde) Lösungsansätze durchgesprochen, bis sich die Konfliktparteien auf einen Weg einigen können.
- Phase 3: Die Schlichter*innen sollten sich Notizen machen oder jemand anderes sollte Protokoll führen (siehe Kopiervorlage) – dieses kann nach der Schlichtung von allen Anwesenden unterschrieben und abgeheftet werden. Es dient auch als Nachweis für die Arbeit der Schlichter*innen. Oft werden im Protokoll zusätzliche Vereinbarungen aufgelistet, um zukünftigen Streit zu vermeiden.



Protokollbogen für die Streitschlichtung

Datum:	
Streitschlichter/ Moderation:	
Protokoll:	
Beteiligte:	
Beschreibung des Konflikts: Warum seid ihr heute hier? (Thema)	
Genauere Sammlung von Fakten: Worum geht es genau?	
Sammlung von Lösungsmöglichkeiten: Wie könnte man das Problem lösen?	
Gewählte Lösung:	

Klassenrat

Es gibt leider auch Klassen, bei denen es ganz schwer ist, Ruhe reinzubringen. Ständig wird geschwätzt, alles ist wichtiger als Unterricht, es wird gestritten, gelacht, geweint – nur nicht gearbeitet. Da macht es Sinn, einen Klassenrat einzuberufen, um genau diesen Ruhestörungen auf den Grund zu gehen. Es gilt, die Ursache für die ständige Unruhe zu finden, um sie dann gemeinsam mit den Schüler*innen abzustellen.

Zum Ablauf:

- Am Anfang sollte stets das Erkennen des eigentlichen Konflikts bzw. Problems stehen.
- Die Themensammlung findet vorher statt. Es kann beispielsweise ein Plakat aufgehängt werden, auf dem KLASSEN RAT steht. Darauf können die Schüler*innen (und die Lehrkraft) sammeln, welche Konflikte es gerade gibt, wer am Konflikt beteiligt ist, worum es konkret geht und ob evtl. bereits Lösungsvorschläge existieren. Nachteil beim Plakat: Der Konflikt bleibt präsent und führt evtl. immer wieder zu Diskussionen.
Alternative: Klassenratsbuch, in welchem alle wichtigen Themen gesammelt werden können, auch das Sitzungsprotokoll. Nachteil beim Klassenratsbuch: Der Konflikt ist nicht so präsent, die Schüler*innen fühlen sich unter Umständen nicht ernst genommen.
- Es können natürlich auch andere Dinge im Klassenrat besprochen werden: Klassenfahrten, Schulfeste, Ausflüge, anstehende außerschulische Aktivitäten, Geburtstage, Rituale etc.
- Der Klassenrat findet stets im Sitzkreis statt. Ziel ist schließlich eine barrierefreie Kommunikation unter Gleichgestellten.

- Die Moderation stellt eine große Herausforderung dar. Dabei sollte der*die Moderator*in die Kommunikation ermöglichen und fördern sowie das Gesagte visualisieren, um eine gewisse Transparenz zu schaffen. Außerdem ist es wichtig, zurückhaltende Teilnehmende einzubeziehen und die „Vielredner*innen“ zurückzuhalten. Der*die Moderator*in steuert die Kommunikation und ist zielorientiert. Sein*ihr Umgangsstil ist Vorbild für die Teilnehmenden¹. Zurückhaltung in der Sache, aber Steuerung des Prozesses sind hierbei ebenso zu berücksichtigen wie das Beherrschen grundlegender Techniken. Sollte all dies die Klasse zunächst überfordern, muss die Lehrkraft erstmal die Moderation übernehmen.
- Eine ebenso wichtige, wie auch schwierige Aufgabe ist das Protokollieren. Gerade in Klassen mit hohem Migrationsanteil und mangelhaften Deutschkenntnissen in Sprache und Schrift ergeben sich hier Probleme. Dies kann man auf zwei Arten lösen:
 - a) Audiotagebuch: Aufnahme der Sitzung und evtl. Zusammenschnitt am PC
 - b) Graphic/Visual Recording: visuelles Protokoll mithilfe von Worten, Bildern, Formen und Farben
- Die restlichen Rollen im Klassenrat (z. B. Regelwächter*in, Zeitwächter*in) ergeben sich dann fast wie von selbst.
- Hilfreich bei allen Klassenratssitzungen ist immer ein Plakat o. Ä., um Themen für alle sichtbar und somit verbindlich zu machen. Hier können wichtige Diskussionspunkte und v. a. die Ergebnisse festgehalten werden. Auch dabei kann eine einstweilige Hilfestellung durch die Lehrkraft vonnöten sein.

Methoden für die ganze Schule

- Die Lösungsvorschläge sollten bis zum Ende (Zeit beachten!) durchdiskutiert werden, denn ein Konsens der Gruppe über das verbindliche Ergebnis des Rates ist fundamental für die weitere Arbeit.

Kreislauf des Klassenrats



Teambuilding

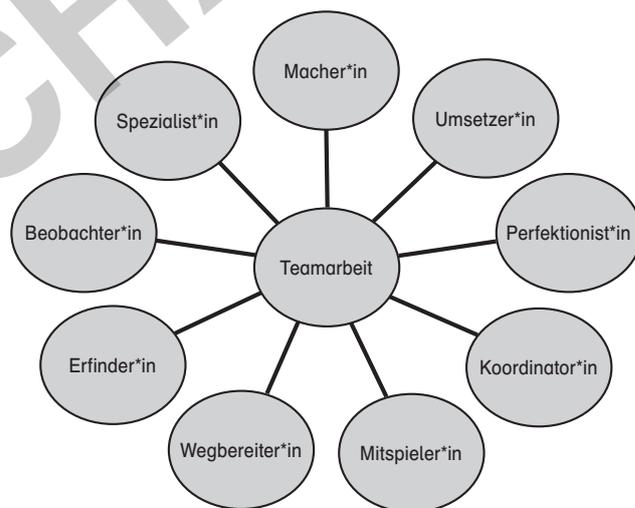
Was ist Teambuilding und warum schafft es Ruhe im Klassenzimmer?

Teambuilding meint das Zusammenbringen mehrerer Personen (die Teamzusammensetzung) und die Entwicklung von Fähigkeiten innerhalb dieser Gruppe, um gemeinsam vorher vereinbarte Ziele zu erreichen. Mit Teambuilding sollen eine gute Arbeitsatmosphäre und eine gesteigerte Produktivität erreicht werden.

Ein berechtigter Einwand ...

„Dafür habe ich aber doch gar keine Zeit!“,
 „Das steht so auch nicht im Lehrplan.“,
 „Welches Fach soll das denn überhaupt sein?“ usw.

All diese Einwände sind berechtigt. Was ist jedoch die Alternative? Sie können weiterhin versuchen, in der Klasse Unterricht zu machen – mit all den bisherigen Problemen und der Lautstärke, die Sie stört. Oder aber, Sie wenden einige Stunden auf, um nachhaltig eine produktive Arbeitsatmosphäre in der Klasse zu generieren. Danach geht die Stoffvermittlung auch wieder schneller voran. Noch effektiver ist es natürlich, mit der Klasse eine ganze Projektwoche oder gar einen Schullandheimaufenthalt mit entsprechenden Teambuildingübungen durchzuführen. Dies ist das Ideal, dem der Alltag meist schnell die Flügel stutzt. Dr. Meredith Belbin definierte in den 70er-Jahren verschiedene Teamrollen, die sich in mehreren Experimenten bei Teamaufgaben herauskristallisiert hatten:



Zur Erklärung:

Macher*in	+ mutig + geht voran + arbeitet gut unter Druck – ungeduldig – Alphaniergehabte
Umsetzer*in	+ arbeitet zielstrebig + Teamplayer – unflexibel – braucht klare Anweisungen



Übung zu Teamarbeit

„Das Problem mit dem Ei“

*Nur gemeinsam sind wir stark!
Heute arbeitet ihr als Team zusammen & löst
GEMEINSAM ein Problem.*

Material:

1 rohes Ei, 4 Blatt Papier, 1 Klorolle, Tesafilm, 1 Schere,
1 ausgelegte Plastikfolie für eventuell zerbrochene Eier, 1 Tisch

Löst folgendes Problem:

Ihr habt 15 bis 20 Minuten Zeit, das Ei mithilfe der 4 Blatt Papier, des Tesafilms, der Klorolle und der Schere so zu schützen, dass es danach den Fall aus 2 Metern Höhe übersteht.

1. Wählt einen Teamleiter.
2. Gebt euch einen Namen.
3. Löst die Aufgabe nur mit den vorhandenen Hilfsmitteln.
4. Überlegt euch gemeinsam verschiedene Lösungswege.
5. Diskutiert und entscheidet euch für einen Lösungsweg.
6. Blitzlicht:
 - Welche Note gebe ich mir selbst für meine Leistung im Team?
 - Welche Note gebe ich meinem Team insgesamt?
7. Beantwortet die Reflexionsfragen.